

BAB III

KESIMPULAN DAN SARAN

3.1. KESIMPULAN

- Sumber bahan makanan yang mengandung vitamin **A** sangat perlu dan bermanfaat untuk dikonsumsi oleh balita sebagai pencegahan terhadap defisiensi vitamin **A**.
- Bahan makanan mengandung kadar vitamin **A** yang berbeda-beda, normal kebutuhan vitamin **A** yang dikonsumsi oleh tubuh 5000 – 7000 IU dalam keadaan tubuh yang sehat.
- Defisiensi vitamin **A** disebut *xerofthalmia* dengan gejala yang ringan sampai berat. Gejala ringan : buta senja (*night blindness*), *xerosis* konjungtiva, bercak bitot, *xerosis* kornea, *xerosis* dengan ulcus kornea atau *keratomalasia*, parut (*scar*) *xerofthalmia*, *fundus xerofthalmia* dan gejala paling berat adalah kebutaan.
- Pengaruh defisiensi vitamin **A** terjadi karena ketidaktahuan masyarakat karena pendidikannya yang kurang, tidak ada penerangan mengenai manfaat vitamin **A**, kepercayaan masyarakat, krisis ekonomi, tidak tahu makanan apa saja yang mengandung vitamin **A**.
- Pencegahan dini defisiensi vitamin **A** dengan memberikan sumber makanan yang mengandung vitamin **A** pangan hewani dan pangan nabati pada usia balita. Memberikan minyak kelapa sawit kurang lebih 4 cc sehari pada balita, sehingga frekwensi defisiensi vitamin **A** menurun dan serum vitamin **A** meningkat dengan nyata. Beri massive dose vitamin **A** 200.000.UI dalam bentuk emulsi dua kali dalam setahun pada anak-anak balita atau 300.000 UI dalam setahun akan memberikan perlindungan terhadap kekurangan vitamin **A**. Memanfaatkan karoten dengan memberikan makanan yang mengandung karoten atau memberikan sejumlah vitamin **A** melalui garam konsumsi. Diberikan vitamin **A** dose

100.000 unit setiap 6 bulan pada anak-anak balita walaupun tidak menunjukkan kekurangan vitamin A.

- Pengobatan sesuai kriteria WHO tahun 1982 yaitu segera setelah diagnosis ditegakkan diberi: 200.000 SI vitamin A *peroral* atau 100.000 SI *intramuscular*. Hari ke 2: 200.000 SI vitamin A *peroral* . Sebelum dipulangkan atau klinis memburuk atau 2-4 minggu dari saat diagnosa ditegakkan : 200.000 SI vitamin *Aperoral*.

3.2. SARAN

Untuk mencegah kebutaan usia balita yang merupakan gejala berat dari penyakit *xeroftalmia*. Ada beberapa langkah yang perlu dilakukan yaitu:

- Mencari dan mengenali gejala defisiensi vitamin A pada mata.
- Pengobatan segera anak balita dengan vitamin A yang disertai gejala *xeroftalmia*.
- Pengobatan semua anak usia balita yang disertai penyakit seperti campak (*measles*), *diarrheapersisten*, cacar air (*chickenpox*) dan malnutrisi.
- Pencegahan defisiensi vitamin A dengan intake vitamin A bagi ibu hamil, bayi dan anak-anak.
- Perlunya kerjasama di berbagai lintas sektoral yaitu departemen kesehatan khususnya dalam program puskesmas dan posyandu, pemerintahan yang khususnya politik dan ekonomi, organisasi non pemerintah untuk mencegah defisiensi vitamin A dan mengobatinya sehingga anak usia balita dengan defisiensi vitamin A semakin menurun .

Semua langkah ini akan membantu mencegah dan mengobati *xeroftalmia* sebelum semuanya menjadi berat dan tidak dapat diobati lagi. Orang tua hendaknya lebih memperhatikan manfaat vitamin A yang sangat penting bagi anak usia balita. Bersyukur pada Tuhan karena pemberian vitamin A dosis 100.000 unit setiap 6 bulan pada anak balita walaupun tidak menunjukkan kekurangan vitamin A melalui program pemberian imunisasi di Puskesmas dan Posyandu selama bulan Februari dan **Agustus** di beberapa lokasi yang masih dapat terjangkau. Tapi alangkah sangat baiknya jika sampai ke daerah pedalaman, yang selama ini belum tercapai. Pendidikan dan penerangan juga sangat penting diberikan pada masyarakat, agar mereka mengerti dan memahami kebutuhan gizi anak mereka sendiri.